

Anexo 12

RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS

EJEMPLOS DE PREGUNTAS A REALIZAR

1

¿Cuánto tiempo pasa el niño o la niña en su cuna o en el lugar asignado para dormir?

2

¿Cuánto tiempo dedica el niño o la niña a ver televisión, juega con computadoras o juegos de video?

3

¿Juega su niña o niño?, ¿cuántas veces al día?, ¿por cuánto tiempo cada vez?, ¿cuántas veces al día?



RECOMENDACIONES

Los niños y las niñas que empiezan a gatear permítalos que se muevan libremente de un lado a otro en un entorno seguro y limpio.

